

kooperativa

im Kiwi-Tower
Am Kiel-Kanal 1
24106 Kiel



Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7:30-14 Uhr

Mittagstisch ab
12:00 Uhr

Montag, 22. November

Pasta mit Hackfleisch-Gemüseragout in Estragonrahm, dazu Muskat-Kürbischutney und Strohkartoffeln

c,a,h,j,i
8,70 €

Indisches Blumenkohl-Gemüsecurry mit Basmatireis, Strohkartoffeln und Muskat-Kürbischutney

vegan a,k,h
7,50 €

Dienstag, 23. November

Hähnchenschnitzel mit Cheddarkruste, dazu Kartoffel-Röstzwiebelstampf, geräucherte Paprika-Jus, karamellisiertes Sauerkraut und gebackene Petersilie

g,a,c,h,j,i
8,90 €

Feta mit Zwiebelkruste, dazu Kartoffel-Röstzwiebelstampf, geräucherte Paprika-Tomatenrelish, Krautsalat und gebackene Petersilie

vegetarisch g,a,c,k,j
7,90 €

Mittwoch, 24. November

Gefüllter Schweinelachs mit Pilz-Zwiebelragout, Kartoffel-Kürbispfanne mit Kräuterquark und Kartoffelchips

g,a,c,i,j,k
8,70 €

Nudel-Gemüsebratling mit Pilz-Zwiebelragout, Kartoffel-Kürbispfanne mit Kräuterquark und Kartoffelchips

vegetarisch a,c,g,i
7,50 €

Donnerstag, 25. November

„Lunchbar Pannfisch“ Seelachsfilet in Tomatenbutter gebraten, dazu Käse-Spätzle, Honig-Senf-Lauchcreme und Krautsalat

g,a,d,c9
8,90 €

Kürbis-Steckrübenauflauf mit Apfel-Zwiebelkompott und Speckmargarine

vegan a,f,k,h
7,70 €

Freitag, 26. November

Munchi Bagel-Burger „Herbst Edition“ mit Speck-delle, Cheddar-Jalapenocreme, Salat, gebackene Zwiebeln, dazu Röstkartoffeln mit Basilikum-Ajoli

a,g,k,8,i,j
8,90 €

Kartoffel-Champignonpfanne mit Kürbispesto und Erbsenminzcreme, dazu Krautsalat und Selleriestroh

vegan a,k,h,i
7,50 €

Wochensuppen und Mittags-Snacks

Chili con Carne 6,50 €

Berliner Currywurst mit Pommes
a,g,c,8 6,20 €

Tomaten-Fenchelsuppe mit Kürbis-Rosmarin-Relish und Croutons

vegan k,a,i,h
4,90 €

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff 2 mit Konservierungsstoff 3 mit Antioxidationsmittel 4 mit Geschmacksverstärker 5 geschwefelt 6 geschwärzt 7 mit Phosphat 8 mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen) 9 koffeinhaltig 10 chininhaltig 11 mit Süßungsmittel 13 gewachst

Allergene: a Glutenhaltiges Getreide b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse c Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse d Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse e Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse f Soja(bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse g Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse h Schalenfrüchte i Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse j Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse k Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse l Schwefeldioxid und Sulphite m Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse n Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse